

Согласовано

Директор Ташшарип

Ташкаева Р.Р.



Утверждено

Директор ООО «Центр Питания»

Ахмадуллина Э. Р.



**Примерное 2-х недельное меню
для обучающихся во II смену (обед, полдник)**

с 1 по 4 классы, в том числе

для детей категории ММС, ОВЗ, ДИ

на осенне-зимний период

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)**

Н: **Осень-зима**
Горня: **Учащиеся 1-4 классы**

1-ая неделя/Понедельник

№ п/п	№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У	В1	С	А		Е	Са	Р	Мг	Fe					
1		2Обед 2 смена	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
0031		Борщ с капустой и картофелем вегетарианский	200	1,3	3,64	8,76	73	0,03	6,8	128,94		27,2	34,6	17	0,75					
0034		Сметана для заправки	5	0,13	0,75	0,18	8					23,04	231,36	52,8	2,69					
0107		Плов из отварной говядины	240	18,34	18,53	46,27	425	0,08	0,86	325,63		11,7	9	8,1	0,18					
0137		Компот из вишни	180	0,27	0,09	9,27	39	0,01	2,25	3,67		150	225		0,03					
0065		Хлеб "Колобок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			11,04	2,25	0,66	0,09					
ЫЮД		Соль йодированная	3									26,67	60		2,1					
00129		Хлеб ржаной(для детского питания)	30	2,6	1	12,8	71	0,03				249,65	562,21	78,56	5,84					
		Всего в 2Обед 2 смена		27,98	26,67	100,78	756	0,2	9,95	458,24										
		2Полдник 2 смена																		
00007		Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	60	0,84	6,12	3,6	73	0,02	17,34	241,62		22,44	18,78	11,16	0,54					
00058		Каша гречневая рассыпчатая	180	9,18	7,31	41,49	269	0,25		32,94		17,1	216	144	4,86					
00126		Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27		0,04	0,3		4,5	7,2	3,8	0,7					
ПЫЮД		Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06					
00065		Хлеб "Колобок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03					
00001		Сыр твердых сортов в нарезке	11	2,57	3,23		39	0,01		28,6		96,8	55	3,67	0,15					
		Всего в 2Полдник 2 смена		18,13	19,31	75,09	548	0,34	17,42	303,46		298,2	523,48	163,07	6,34					
		Всего в День		46,1	45,98	175,87	1304	0,55	27,37	761,7		547,85	1 085,69	241,63	12,18					

1-ая неделя/Вторник

№ реч.	Прём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
1	2 ЗОбед 2 смена	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
00026	Рассольник ленинградский с крутой перловой	200	4,74	6,24	13,6	129	0,06	5,54	107,2		21	51,4	19,6	0,71				
БТМ02	Болоньезе с куриным фаршем, том. пастой и овощами	90	14,67	10,8	8,37	114	0,02	107,1	109,8	22,5	129,6	28,8	22,5	32,4				
00112	Картофель отварной с маслом	150	3	3,3	22,5	134	0,13	6,2			14,3	174,16	32	1,26				
00044	Компот из свежзамороженных ягод (яблоки/черноплодная рябина)"С"	180	1,62	0,08	2,87	55	0,05	0,61			0,46		0,27	35,71				
00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03				
ЛЫЮД	Соль йодированная	3									11,04		2,25	0,09				
00129	Хлеб ржаной(для детского питания)	35	3,03	1,17	14,93	83	0,04				31,12		70	2,45				
	Всего в 2Обед 2 смена		32,4	24,25	85,77	655	0,35	119,49	217	22,5	357,51	551,61	75,03	72,65				
	2Полдник 2 смена																	
00153	Рис припущенный	160	3,52	5,44	15,52	206	0,03		28,4		6,4	73,6	24	0,48				
00182	Котлеты из говядины с томатным соусом	60/30	7,5	7,2	8	130	0,04	0,01			20	20	16	8,2				
00029	Инстантный напиток витаминизированный	200			40	130	0,23	0,2	3	2,48	24	55	18	67				
00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	40	4,27	2,13	18,8	112	0,05	0,03			120	180		0,03				
ЛЫЮД	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06				
00001	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,33	2,93		35	0,01		26		88	50	3,33	0,13				
	Всего в 2Полдник 2 смена		17,63	17,7	82,32	614	0,36	0,24	57,4	2,48	265,76	360,1	61,77	75,9				
	Всего в День		50,03	41,95	168,09	1 269	0,7	119,73	274,4	24,98	623,27	911,71	136,8	148,55				

1-ая неделя /Среда

№ рещ.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
1	20бед 2 смена	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
00160	Рыбный суп	200	5,9	12,3	25	162	0,12	6,67	225	0,26	15,84	69,39	27,26	251,67			
00161	Рагу овощное с мясом	240	12,84	11,3	32	302	0,11	12,37	58,5	0,27	42,8	0,36	54,78	3,5			
00015	Напиток из свежемороженых плодов (яблоко/клубника)	180			15,84	60	1,26	0,9					0,01	0,9			
0065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225	0,01	0,03			
ПЫЮД	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09			
20129	Хлеб ржаной(для детского питания)	35	3,03	1,17	14,93	83	0,04				31,12	70	0,66	2,45			
	Всего в 20бед 2 смена		27,11	27,43	111,27	747	1,58	19,98	283,5	0,53	250,8	367	82,71	258,64			
	2Полдник 2 смена																
00156	Макаронны отварные	170	4,22	5,35	37,15	229	0,07		30,18		11,9	45,05	8,5	0,85			
ГКУР1	Голень куриная запеченная в соусе томатном	75/15	11,5	4,5	9,14	165	0,09	5,4	10,8		9,9	175,5	19,8	0,99			
00126	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27		0,04	0,3		4,5	7,2	3,8	0,7			
00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	30	3,2	1,6	14,1	84	0,04	0,02			90	135	0,01	0,02			
ПЫЮД	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06			
00002	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,25	1,4	66			65,3		1						
	Всего в 2Полдник 2 смена		19,22	18,7	68,29	571	0,19	5,46	106,57	0,53	124,66	366,25	32,54	2,62			
	Всего в день		46,33	46,13	179,56	1318	1,78	25,44	390,08	0,53	375,46	733,25	115,25	261,26			

1-ая неделя/Четверг

№ рел.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	20бед 2 смена															
0100	Суп картофельный с лапшой домашней (ПФ)	200	2,27	9,33	38,67	101	0,07	0,03	0,01		12,64	30,67	19,2	1,73		
00065	Картофельное пюре	150	3,08	6,08	21	146	0,12	10,2	32,1		39	84	28,5	1,05		
50505	Котлеты куриные с подливом овощным	60/30	12,01	8,18	9,85	161	0,09	0,27		0,41	18,47	100,53	43,35	451,9		
00044	Компот из свежесмороженных ягод (яблоки/черноплодная рябина)"С"	180	1,62	0,08	2,87	55	0,05	0,61			0,46		0,27	35,71		
00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03		
ПЫЮД	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09		
00129	Хлеб ржаной(для детского питания)	35	3,03	1,17	14,93	83	0,04				31,12	70		2,45		
	Всего в 20бед 2 смена		27,35	27,5	110,82	686	0,42	11,15	32,11	0,41	262,72	512,45	91,98	492,97		
	2Полдник 2 смена															
0149	Яблоко запеченное с сахаром	50	0,5	3	15	28	0,01	1,94			12,5		7,27	0,72		
00151	Каша пшеничная молочная жидкая	200	10,13	10,81	20	217	0,17	0,53	0,33		129,2	368,97	44,93	1,2		
00127	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3		6,7	28		1,16	0,38		6,9	8,5	4,6	0,8		
00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03		
ПЫЮД	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06		
00156	Кисломолочный напиток для детского питания	100	2,81	0,04	3,63	26	0,03	0,28			110,88	103,31	13,05	0,09		
	Всего в 2Полдник 2 смена		19,08	16,51	68,83	439	0,27	3,95	0,71	0,41	416,84	707,28	70,29	2,9		
	Всего в День		46,43	44,01	179,65	1 125	0,69	15,1	32,83	0,41	679,56	1 219,73	162,27	495,87		

1-я неделя /Пятница

ещ.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	20бед 2 смена															
50	Салат "Студенческий" (картофель,морковь,зел.гор)	60	0,84	2,82	1,5	35	0,01	0,46			3,88	10,25	2,86	0,14		
330	Щи из свежей капусты	200	1,34	3,14	5,86	57	0,04	10,76	112,22		26,6	30	15,2	0,54		
34	Сметана для заправки	5	0,13	0,75	0,18	8										
058	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,65	6,09	34,58	224	0,21		27,45		14,25	180	120	4,05		
ЮД9	Котлеты из говядины с подливом овощным	60/30	7,5	7,2	8	130	0,04	0,01	3,67		20	9	16	8,2		
137	Компот из вишни	180	0,27	0,09	9,27	39	0,01	2,25			11,7	9	8,1	0,18		
65	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03		
ЙОД	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09		
1129	Хлеб ржаной(для детского питания)	35	3,03	1,17	14,93	83	0,04				31,12	70		2,45		
	Всего в 20бед 2 смена		783			716	0,4	13,52	143,34		268,58	526,5	162,82	15,68		
	2Полдник 2 смена															
002	Запеканка из творога	100	15,25	10,2	17,1	205	0,05	0,15			180,38	0,93	26,63	0,62		
П110	Ягоды протертые в асортименте	30	0,15	0,09	9	39	0,03	7,8	0,69		0,9	0,93	1,16	1,47		
Ю159	Каша пшеничная молочная	140	5,23	5,88	25,57	169	0,09	0,37	10,27		93,98	111,58	25,4	1,28		
Ю65	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	30	3,2	1,6	14,1	84	0,04	0,02			90	135		0,02		
ЙЙОД	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06		
Ю0126	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27		0,04	0,3		4,5	7,2	3,8	0,7		
	Всего в 2Полдник 2 смена		24,03	17,77	72,27	524	0,21	8,39	11,26		377,12	256,21	57,43	4,15		
	Всего в день		50,13	41,68	170,09	1 239	0,6	21,9	154,6		645,7	782,71	220,24	19,83		

5

2-ая неделя/Понедельник

№ п/п	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витаминны (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
			4	5	6		8	9	10	11	12	13	14	15		
1	20бед 2 смена	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
10013	Винегрет с растительным маслом	60	0,72	5,4	4,02	67	0,02	2,26	72,9		12,12	21,42	9,66	0,42		
10150	Суп крестьянский с крупой (ПШЕНО)	200	5,12	6,22	10,74	119	0,04	6,42	106,46		27,4	52,4	14,6	0,56		
10005	Картофельное пюре	150	3,08	6,08	21	146	0,12	10,2	32,1		39	84	28,5	1,05		
100164	Рыба припущенная(минтай,навага)	90	8,3	4,21	0,69	108	0,15	0,23	316,5		16,8	249	24,38	0,54		
10044	Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)"С"	200	1,8	0,09	3,19	61	0,05	0,68			0,51		0,3	39,68		
10065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03		
ПЫЙОД	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09		
100129	Хлеб ржаной(для детского питания)	50	4,33	1,67	21,33	118	0,05				44,45	100		3,5		
	Всего в 20бед 2 смена		28,69	26,32	84,47	759	0,49	19,83	527,96		301,32	734,07	78,09	45,87		
	2Полдник 2 смена															
100163	Макаронны отварные	190	3,85	7,36	41,52	255	0,07		33,73		13,3	50,35	9,5	0,95		
101М02	Болоньезе с куриным фаршем, том. пастой и овощами	60	9,78	7,2	5,58	76	0,01	71,4	73,2	15	86,4	19,2	15	21,6		
100126	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27		0,04	0,3		4,5	7,2	3,8	0,7		
ЛЫЙОД	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06		
100065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03		
	Всего в 2Полдник 2 смена		19,17	17,22	77,1	499	0,15	71,48	107,23	15	261,56	303,25	28,74	23,34		
	Всего в День		47,86	43,54	161,57	1 258	0,63	91,31	635,19	15	562,88	1 037,32	106,83	69,21		

№ реч.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
1	20бед 2 смена	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
0148	Суп из овощей (В 2)	200	1,6	3,47	26,13	180	1,6	7,2										
00059	Каша перловая рассыпчатая	150	4,43	5,93	30,45	193	0,05		29,4			17,91	41,07	17,44	0,61			
00167	Куриное филе, тушенное с овощами	90	13,59	11	6,2	152	0,01	0,14	0,01	0,25		18,75	141,75	17,25	0,83			
00137	Компот из вишни	180	0,27	0,09	9,27	39	0,01	2,25	3,67			125	6,5	1,6	0,32			
00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04				11,7	9	8,1	0,18			
ПЫОД	Соль йодированная	3										150	225		0,03			
00129	Хлеб ржаной(для детского питания)	35	3,03	1,17	14,93	83	0,04					11,04	2,25	0,66	0,09			
	Хлеб ржаной(для детского питания)											31,12	70		2,45			
	Всего в 20бед 2 смена		28,26	24,31	110,49	786	1,76	9,63	33,08	0,25		365,51	495,57	45,05	4,51			
	2Полдник 2 смена																	
00065	Картофельное пюре	200	4,1	8,1	28	194	0,16	13,6	42,8			52	112	38	1,4			
00168	Гуляш из отварного мяса	50	6,9	7,1	11,2	105	0,07	1,98				2,9	5,2	3,5	1,5			
000128	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,4	8,6	53	0,01	0,31	6,91			57,3	46,3	9,9	0,8			
ПЫОД	Соль йодированная	2										7,36	1,5	0,44	0,06			
00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04				150	225		0,03			
	Всего в 2Полдник 2 смена		17,94	19,26	71,3	492	0,3	15,93	49,71	0,25		269,56	390	51,84	3,79			
	Всего в День		46,2	43,57	181,79	1 279	2,06	25,56	82,79	0,25		635,07	885,57	96,89	8,3			

№ п/п	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
1	20бед 2 смена	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
0020	Рассольник ленинградский	200	4,74	6,24	13,6	129	0,06	5,54	107,2		21	51,4	19,6	0,71		
0058	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,65	6,09	34,58	224	0,21		27,45		14,25	180	120	4,05		
0102	Болоньеизе с куриным фаршем, том. пастой и овощами	90	14,67	10,8	8,37	114	0,02	107,1	109,8	22,5	129,6	28,8	22,5	32,4		
0121	Кисель фруктовый	180			18	68					0,43			0,05		
0065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03		
0104	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09		
00129	Хлеб ржаной(для детского питания)	35	3,03	1,17	14,93	83	0,04				31,12	70		2,45		
	Всего в 20бед 2 смена		708		112,98	759	0,39	112,68	244,45	22,5	357,44	557,45	162,76	39,78		
	2Полдник 2 смена															
0062	Каша манная молочная	160	2,99	6,29	15,15	123	0,04	0,44			101,81	84,37	13,94	0,26		
0002	Запеканка из творога	100	15,25	10,2	17,1	205	0,05	0,15			180,38		26,63	0,62		
0108	Ягоды протертые в ассортименте	30	0,15	0,09	9	39	0,03	7,8	0,69		0,9	0,93	1,16	1,47		
00130	Чай со смородиной и сахаром	180	0,27	0,09	6,48	28		8,68	1,37		7,45	9,54	6,36	0,78		
0104	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06		
0065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	30	3,2	1,6	14,1	84	0,04	0,02			90	135		0,02		
	Всего в 2Полдник 2 смена		502		61,83	478	0,16	17,09	2,06	22,5	387,91	231,34	48,54	3,21		
	Всего в день		57,29	45,23	174,8	1 237	0,54	129,77	246,51	22,5	745,34	788,79	211,3	42,98		

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витаминны (мг)										Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe							
1	20бед 2 смена	200	1,3	3,64	8,76	73	0,03	6,8	128,94			27,2	34,6	17	0,75						
2	Борщ с капустой и картофелем	5	0,13	0,75	0,18	8						27,2	34,6	17	0,75						
3	вегетарианский	150/4	2,4	1,5	22	112	0,19	8,48	36			74,41	2,69	69,1	3,25						
4	Сметана для заправки	90	13,05	15,3	19,8	146	0,01	17,1	198,9	32,4		22,5	28,8	329,4	1,08						
5	Каша пшеничная распылчатая	180	0,18	0,02	15,3	43		43,2				0,58			35,36						
6	Болоньезе с говяжьими фаршем, том. пастой и овощами	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04				150	225		0,03						
7	Компот из свежемороженой смородины	3																			
8	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	35	3,03	1,17	14,93	83	0,04					11,04	2,25	0,66	0,09						
9	Соль йодированная											31,12	70		2,45						
10	Хлеб ржаной(для детского питания)																				
11	Всего в 20бед 2 смена		71,3			605	0,32	75,62	363,84	32,4		316,84	363,34	416,16	43,02						
12	2Полдник 2 смена	100	2,81	0,04	3,63	26	0,03	0,28				110,88	103,31	13,05	0,09						
13	Кисломолочный напиток для детского питания	180	7,29	11,45	30,74	257	0,19	0,47	47,16			124,56	209,52	56,88	1,66						
14	Каша вязкая молочная овсяная	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04				150	225		0,03						
15	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	2										7,36	1,5	0,44	0,06						
16	Соль йодированная											143	130	34,3	1,1						
17	Кофейный напиток на молоке	200	3,6	3,6	10,5	97	0,04	0,68	17,25												
18	Всего в 2Полдник 2 смена		19,04	17,75	68,37	520	0,32	1,47	64,41	32,4		535,8	669,33	104,67	2,94						
19	Всего в День		44,47	42,78	172,85	1 125	0,64	77,09	428,25	32,4		852,64	1 032,67	520,83	45,95						

2-ая неделя/Пятница

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
20бед 2 смена	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
Омлет с картофелем и бобовыми и гречками	200	5,25	6,03	26,41	200	0,17	60	65	0,36	24,88	35	30	0,98				
Мякоть отварные	150	5,33	5,55	32,78	202	0,06		26,63		10,5	39,75	7,5	0,75				
Гарели из говядины с соусом томатным	60/30	8,7	9,2	6,5	120	0,2	1,03	8		14	1	12	1,3				
Копил из свежемороженой смородины	180	0,18	0,02	15,3	43		43,2			0,58	225		35,36				
Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150			0,03				
Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09				
Хлеб ржаной (для детского питания)	30	2,6	1	12,8	71	0,03				26,67	60		2,1				
всего в 20бед 2 смена	713	27,4	24,46	117,29	776	0,52	104,27	99,63	0,36	237,67	363	50,16	40,61				
2Полдник 2 смена																	
Хлеб "Дружба"	200	4,96	6,96	23,92	178	0,07	0,53	33,26		115,2	123,2	27,2	0,48				
Каша с молоком	200	4,1	4,1	10,5	97	0,04	0,68	17,25		143	130	34,3	1,1				
Смородины в ассортименте	40	1	0,2	23,84	117	0,13	0,12			2,6	2,8	6,8	3,32				
Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03				
Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06				
Сыр твердый сортов в нарезке	10	2,33	2,93		35	0,01		26		88	50	3,33	0,13				
всего в 2Полдник 2 смена	502	17,73	16,85	81,76	568	0,31	1,37	76,51	0,36	506,16	532,5	72,07	5,12				
всего в день		45,13	41,31	199,05	1343	0,83	105,64	176,14	0,36	743,83	895,5	122,23	45,74				
Молоко		479,98	436,18	1763,33	12497	9,03	638,91	3182,4	96,43	6411,61	9372,94	1934,2	1149,8				
Среднее за период		48	43,62	176,33	1250	0,9	63,89	318,25	9,64	641,16	937,29	193,43	114,99				
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности		15,36	31,41	56,44													